

# Une association veut rendre l'hypnose accessible partout

Diffuser l'hypnose comme outil thérapeutique dans les contextes de crise et la rendre accessible à celles et ceux touché·e·s par des événements traumatiques: tel est l'objectif d'un collectif d'hypnothérapeutes & d'ex-humanitaires suisses.



© Chris Buckwald / Unsplash

Sur leur site internet flamboyant neuf, les fondateurs et fondatrices de l'Association Hypnose Humanitaire exposent leurs idéaux : pour soulager les blessures invisibles laissées par des contextes de crise et d'urgence, l'hypnose se veut un outil rapide, efficace et applicable indépendamment du contexte culturel.

« Les fondateurs et fondatrices ont plusieurs objectifs », précisent-ils dans le communiqué envoyé pour informer de la création de leur association. « Le premier a pour but le soutien par l'hypnose du personnel humanitaire avant, après et durant la mission. Le second vise la formation d'hypnothérapeutes et de formateurs locaux en hypnose, capables d'aider rapidement leurs pairs en situation de stress et de trauma, dans leur langue et contexte culturel, autant à l'étranger qu'en Suisse. » Ils et elles rapportent que selon un article paru dans la revue *Global Health : Science and Practice* en juin 2017, « 70 à 89 % des travailleurs humanitaires ont fait ou font face à des problèmes de santé mentale en raison de leur travail ».

Dans les zones de conflit, la population civile se trouve également en situation de souffrance, contre laquelle l'hypnose se révèle être un outil adapté. « Le temps et les ressources étant rares dans le contexte humanitaire, il faut une méthode adéquate, ciblée, brève et adaptable au contexte socioculturel. » Ainsi, « c'est justement parce que l'hypnose est applicable indépendamment du contexte culturel que les fondateurs et fondatrices de l'association désirent la rendre accessible à toutes les personnes touchées par des événements traumatiques et la diffuser sur le terrain comme outil thérapeutique en Suisse et à l'étranger, dans les contextes de crise et /ou d'urgence. »

(Source: Association Hypnose Humanitaire)

Voir le [site internet](#)